**Fastekalender**

*At faste er at afstå fra noget for at vinde noget andet. Fasten giver os tid til eftertænksomhed, og til at vokse i troen.*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Søndag | Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag |
| 2025 | **4/3**ForberedelsesdagenI morgen begynder fasten – spis god mad og hyg nu! | **5/3****Askeonsdag**Få korsmærket til aftengudstjeneste 17.30 i kirken. | **6/3**Grund på tekst og salme i dag.Læs: Jakob 1,9-11Syng: DDS 562 | **7/3**Lad kroppen hvile. Om du kan, så afstå fra at spise mellem kl 18 – 08Læs: 1. mos 4,1-12Syng: DDS 613 | **8/3**Overvej hvordan du selv kan bidrage til ligestilling mellem mennesker.Læs: Luk 1,26-38Syng: DDS 73 |
| 9/3Første søndag i FastenPrøvelsesstund. Overvej hvornår din tro udfordres.Gudstjeneste 10.30 | **10/3**Inviter en ukendtpå et smil i dag-glæde smitter!Læs: Matt 15,21-28Syng: DDS 158 | **11/3**Tænd lys kirken(eller tænd lyshjemme) for dem dusavner.Læs: 1. Thess 4,1-2Syng: DDS 335 | **12/3**Giv en kompliment til nogen – tænk det ikke bare, men sig det højt.Læs: Sl 42,2-6Syng: DDS 622 | **13/3**Få et roligere sind – ryd op! I hjemmet, skabet eller bare i en skuffe.Læs: Matt 4,1-4Syng: DDS 623 | **14/3**Gå en tur,opdage et nyt sted.Hvad ser du her oghvad giver detdig i dag?Læs: Åb 2,2-5Syng: DDS 36 | **15/3**Byd nogen på en kop kaffen. Styrken kommer fra bønnerne!Læs: Matt 6,19-21Syng: DDS 714 |
| 16/3Anden søndag i FastenReflekter over dine afhængigheder.Gudstjeneste 10.30 | **17/3**Hvad gør dig rigtig glad og kan du få mere af det i dit liv?Læs: Luk 11,24-26Syng: 720 Som året går | **18/3**Lad tilfældighederne vælge en bibelord. Forsøg at fortolke bibelordet på to forskellige måder.Læs: FritSyng: DDS 10 | **19/3**Findes der relationer i dit liv, som gør ondt? Er der noget du kan gøre?Læs: Ef 5,6-9Syng: DDS 367 | **20/3**Glæd dig over det uventede. Lav noget roligt eller uventet.Læs: Sl 145,8-16Syng: DDS 403 | **21/3**Bed for dem der lider under krig og andre grusomheder.Læs: 2. mos 16,11-18Syng: DDS 266 | **22/3**Tag en skærmfri aften. Læs en bog eller spil et spil med gode venner eller familie.Læs: Joh 6,5-13Syng: DDS 367 |
| 23/3Tredje søndag i FastenBed om styrketil at stå op moduretfærdighedGudstjeneste 09.00 | **24/3**Brug en dag i Guds natur og mærk dagslysets energi.Læs: 2. kor 9,6-9Syng: DDS 153 | **25/3**Red noget som er gået i stykker og glæd dig over at redde noget, som skulle være smidt ud.Læs: Matt 4,1-4Syng: DDS 192 | **26/3**Er du stresset?Fortæl Gud dine problemer og tag vare på dig selv.Læs: 1. kor 1,21-25Syng: DDS 18 | **27/3**Giv dig selv 30 minutters stilhed og ro. Sæt dig et uforstyrret sted.Læs: 1. joh 1,1-3Syng: DDS 7 | **28/3**Lav en liste overting du sætter pris påmen let tager forgivet.Læs: 1. mos 1,27-31Syng: DDS 15 | **29/3**Afstå fra kød i dag. Prøv i stedet en vegetarisk ret.Læs: Matt 6,25-30Syng: DDS 31 |
| 30/3MidfasteGiv noget til nogen, der trænger!Gudstjeneste 10.30 | **31/3**Reflekter over det jordiske riges overflod. Tak Gud, for det du har.Læs: Fil 2,5-11Syng: DDS 68 | **1/4**Hvilken bibelhistorie husker du fra barndommen – reflekter over hvorfor.Læs: Luk 13,18-19Syng: DDS 320 | **2/4**Skriv en opmuntrende kommentar på sociale medier eller i en sms.Læs: Matt 5,13-15Syng: DDS 392 | **3/4**Hvilke tanker har du?skubbet væk?Tænk dem i stedetsammen medGud.Læs: Luk 21,1-4Syng: DDS 46 | **4/4**Ryd ud i garderoben og giv væk til genbrug.Læs: Matt 11,28-30Syng: DDS 603 | **5/5**Reflekter over hvad du bruger din tid og din penge på.Læs: Sl 139,1-12Syng: DDS 634 |
| 6/4Maria bebudelseBryd fasten og spis med familie eller venner.Gudstjeneste 10.30 | **7/4**Skriv et kort eller en hilsen til nogen som du tror føler sig ensomme.Læs: Ef 5,1-5Syng: DDS 506 | **8/4**Samle skrald i naturen eller på gaden og sortér det rigtigt i affaldsspanden.Læs: 1 kor 15,21-28Syng: DDS 21 | **9/4**Gå en lang tur og lav en taknemmelighedsliste i dit indre.Læs: Joel 2,12-14Syng: DDS 413 | **10/4**Tag forskellige strømper på, for at vise at alle mennesker er lige meget værdLæs: Sl 103Syng: DDS 17 | **11/4**Øv dig i at lytte. Når nogen taler, så øv dig i at lytte og ikke afbryde.Læs: Joh 20,1-18Syng: DDS 268  | **12/4**Sluk alle lamper og spar på strømmen. Lad tankerne være alene i mørket.Læs: Joh 20,19-31Syng: DDS 65 |
| 13/4PalmesøndagNu begynder den stille uge. Folke møder Jesus med jubel – hvordan møder du Jesus i dag?Gudstjeneste 10.30 | **14/4**Ring til et familiemedlem eller en ven, som du ikke har talt med længe | **15/4**Overvej om de mennesker du møder i dag, har svagheder, og om du selv har svagheder. | **16/4****Stilleonsdag**Dagen for Påskefreden. Brug tiden til at finde ro i dig selv.Dansk/tysk forbønsgudstjeneste kl. 17.30 | **17/4****Skærtorsdag**Jesus delte brød og vin med dine disciple. Spis sammen eller gå i kirke og spis med menigheden.**Gudstjeneste 17.30** | **18/4****Langfredag**Dagen for Jesu død og korsfæstelse.**Gudstjeneste 10.30**  | **19/4****Påskelørdag**Vågenatten og dagen før opstandelsen.**Gudstjeneste 23.30** |
| 20/4PÅSKEDAGKristus er opstanden!Gudstjeneste 10.30 | **21/****2.påskedag**Reflektionstid over påske.Gå en tur sammen, som Jesus gik med disciplene.**Gudstjeneste 10.30** |

